Sering Cabut Rambut Saat Stres? Hati-Hati, Kebiasaan Sepele Ini Bisa Merusak Kesehatan Rambut!

Prolite – Pernah nggak, kamu tiba-tiba sadar sedang memainkan ujung rambut, memelintirnya, atau bahkan mencabut beberapa helai rambut saat sedang berpikir keras? Kebiasaan ini ternyata lebih umum daripada yang banyak orang kira. Sebagian orang melakukannya ketika merasa bosan, gugup, stres, cemas, atau bahkan saat sedang fokus mengerjakan sesuatu.

Sekilas, mencabut satu atau dua helai rambut mungkin terlihat tidak berbahaya. Toh rambut akan tumbuh lagi, kan? Sayangnya, jika dilakukan berulang kali dalam jangka panjang, kebiasaan ini bisa memberikan dampak yang tidak diinginkan bagi kesehatan rambut dan kulit kepala.

Bahkan dalam beberapa kasus, kebiasaan mencabut rambut dapat berkembang menjadi kondisi psikologis yang dikenal sebagai trikotilomania (*trichotillomania*), yaitu gangguan yang membuat seseorang memiliki dorongan kuat untuk mencabut rambutnya sendiri secara berulang. Lalu, apa sebenarnya yang terjadi ketika rambut dicabut dari akarnya? Apakah benar rambut bisa tumbuh lebih tipis? Yuk, simak penjelasannya!

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Sering Cabut Rambut Saat Stres? Hati-Hati, Kebiasaan Sepele Ini Bisa Merusak Kesehatan Rambut!

Baca Selanjutnya
KDS Ultimatum Perusahaan Penghambat Normalisasi Sungai: Hibahkan Lahan atau Siap Disegel!